

AMBASSADOR CLUB de CANNES

Soirée du 22 avril 2016




*Gaëlle
Serres*

AMBASSADOR CLUB de CANNES

Chères Amies Ambassador, Chers Amis Ambassador,

Notre soirée conférence sur Hypnose avec une jeune femme charmante et très compétente Gaëlle SERRE .

Par le biais de l'hypnose thérapeutique, Gaëlle nous propose un accompagnement individuel et adapté à notre demande.

Les différents domaines de la vie peuvent être abordés sur une période relativement courte (10 séances maximum).

C'est avec douceur et conviction que Gaëlle propose de nous aider à éradiquer vos freins et blocages afin de nous amener à développer et à vivre l'intégralité de notre potentiel.

Les séances que Gaëlle propose sont adaptées à tous (adultes, adolescents et enfants à partir de 3/4 ans).

Gaëlle nous explique que si nous tendons vers un certain lâcher prise, nous gardons malgré tout, en état hypnotique, le contrôle de nos mouvements, pensées et paroles, et ce à chaque instant.

Grâce à l'hypnose, nous entrez, le temps de la séance, dans un monde fait de symboles et de métaphores au sein duquel nous laissons s'exprimer notre partie inconsciente.

Ainsi, Gaëlle s'engage à mettre à notre service ses compétences et connaissances dans le but de nous permettre un mieux-être et un épanouissement, elle attend de notre part une implication, une motivation et un réel engagement.



Qu'est ce que l'hypnose Ericksonienne ?

Tout d'abord, il me semble judicieux de rappeler que l'hypnose thérapeutique n'est pas de l'hypnose de spectacle ! La méthode d'approche, le contenu et l'intention de départ ne sont en rien comparables. Et pourtant, par méconnaissance, beaucoup font souvent l'amalgame.

Désormais reconnue par la médecine, elle est de plus en plus pratiquée dans le milieu hospitalier, les professionnels de santé tendant à se former à cet outil.

L'hypnose que Gaëlle pratique tire son nom de son inventeur, à savoir **Milton Erickson**, médecin de profession.

L'origine du mot « hypnose » est tirée du grec ancien « hypnos » qui signifie « sommeil ».

Pour autant, on parle davantage aujourd'hui « d'état de conscience modifié », s'apparentant à une rêverie et donc à un état naturel que nous connaissons tous et que certaines techniques permettent de recréer et d'amplifier.

Le sujet est donc conscient et capable de se mouvoir, de penser et de parler s'il le souhaite.

Il existe évidemment différents niveaux « d'états ou de trances hypnotiques » mais chacun, guidé par son inconscient, ira toujours au degré où c'est nécessaire et bon pour lui.

L'attention est alors davantage portée sur ce qui se passe à l'intérieur de nous-mêmes.

Le principe de l'hypnose n'est pas d'analyser mais de reprogrammer. Nous « jouons » ainsi avec les différentes parties qui composent le cerveau humain, partant du principe que celui-ci ne fait pas la différence entre réel et imaginaire.

De ce fait, l'accompagnement se fait principalement autour de la symbolique, des métaphores, de la visualisation et autres outils dont raffole l'inconscient !

L'approche Ericksonienne a pour particularité d'être centrée sur le changement, la solution et non sur le problème.

De plus, la responsabilité du changement et le chemin pour y accéder sont laissés au sujet à qui rien n'est imposé, dans le respect de son individualité et de sa propre vision du monde, de la vie.

Le praticien est présent pour accompagner, accueillir les paroles et les émotions et encourager le sujet. A aucun moment il ne fait à la place de l'autre !

Peuvent être abordés tous les domaines de la vie (affectif, professionnel, familial, relationnel, développement personnel, spirituel...) afin d'agir sur les comportements, les croyances, les capacités, les valeurs et l'identité.

Toutes nos habitudes, nos comportements et nos croyances sur nous-mêmes, les autres et la vie sont le fruit d'apprentissages, souvent réalisés dans l'enfance.

Par le biais de l'hypnose, nous prenons contact avec la partie inconsciente, réservoir illimité d'automatismes, de souvenirs, de solutions et d'émotions, afin de lui proposer d'autres choix et possibilités.

Le changement peut alors survenir rapidement !

La technique du RITMO (Retraitement de l'Information Traumatique par les Mouvements Oculaires), dérivée de l'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) et inventée par [Lili Ruggieri](#) peut être utilisée dans le traitement des traumatismes.

Pour quoi ? (cette liste n'est pas exhaustive)

- Troubles alimentaires (TCA, perte de poids)
- Troubles du sommeil
- Addictions (tabac, alcool, drogues, jeux...)
- Phobies
- Dépasser un traumatisme (accident, décès brutal, agression...)
- Faire un deuil (réel ou symbolique)
- Mieux gérer la douleur
- Estime de soi
- Favoriser les apprentissages
- Faire un choix éclairé
- Enurésie
- Mieux gérer son stress
- Apprivoiser ses émotions
- Problématiques sexuelles
- Régressions (vies actuelle en antérieures)
- Préparation mentale (examen, compétition...)
- Développer son intuition
- Etre davantage à l'écoute de soi

Pour qui ?

Toute personne motivée, adulte, adolescente ou enfant (à partir de 3/4 ans) désireuse de vivre une expérience agréable et de tendre vers un mieux-être et un épanouissement

Qu'est ce qu'un hypno-praticien ?

C'est un professionnel faisant office d'accompagnateur et de soutien temporaire permettant à son client d'accéder à des zones jusqu'alors inexplorées dans le but de faire émerger les solutions et ressources adaptées à chacun.

Mais il n'est en aucun cas un conseiller, un psychologue ou un magicien.

Il est primordial d'intégrer l'idée que le professionnel ne détient pas la solution puisque vous l'avez EN VOUS.

En résumé, l'hypnopraticien :

- Ecoute et recueil de l'information
- Questionne de manière ciblée
- Identifie les ressources
- Accompagne, guide son client vers un état hypnotique au travers de techniques d'induction
- Propose et applique des protocoles de changement, avec l'accord et la participation des parties consciente et inconsciente du client
- Respecte une déontologie et la confidentialité

Et concrètement, comment cela se déroule ?

La durée d'une séance varie entre 1H30 et 2H00.

Lors de la première rencontre, le temps nécessaire est consacré au questionnement de la problématique actuelle ou de l'objectif déjà défini par le client.

Il n'est pas rare que cette première étape amène des prises de conscience et déjà, un premier changement, ne serait-ce que dans la perception du problème de départ.

De ce questionnement émerge un objectif clair, précis et réalisable que VOUS formulez.

A ce moment-là il est possible de définir le nombre de séances nécessaires (plus ou moins une) ainsi que la fréquence des rendez-vous.

Si le temps le permet, je vous propose, lors de cette première séance une première expérience de l'état hypnotique, appelé aussi état de transe.

Lors des séances suivantes, la ou les techniques choisies sont mises en application, toujours avec votre accord.

Certains protocoles peuvent s'avérer ludiques et il se peut que vous soyez surpris de vous découvrir aussi créatif !

La première phase est appelée « induction » ; c'est l'étape au cours de laquelle le praticien amène son sujet vers l'état hypnotique, à son rythme.

La seconde phase est celle du changement ; toujours avec la participation des parties consciente et inconsciente, des protocoles spécifiques sont déroulés et des suggestions en lien avec l'objectif sont adressées à l'inconscient, parfois sous la forme d'histoires ou de métaphores.

De l'hypnose Ericksonienne découle la PNL (Programmation Neuro Linguistique) et les techniques utilisées font appel aux cinq sens et plus particulièrement le visuel, l'auditif et le kinesthésique.

Enfin, la troisième phase est celle dite « de réveil », bien que le sujet ne soit pas endormi, il est nécessaire de le ramener dans « l'ici et maintenant », là encore, à son rythme.

Au début de chaque rencontre, quelques minutes sont consacrées aux questionnements survenus, aux éventuelles résistances mais surtout à l'évolution et aux changements observés.

Si l'accompagnement proposé ne répondait pas à vos attentes, vous restez libre d'y mettre un terme quand vous le souhaitez, après m'en avoir informée au préalable.

De mon côté, je me réserve le droit de refuser ou de mettre fin à un accompagnement dès lors que la demande ne serait pas en accord avec mes valeurs ou bien que l'attitude du client ne respecterait pas le cadre posé.

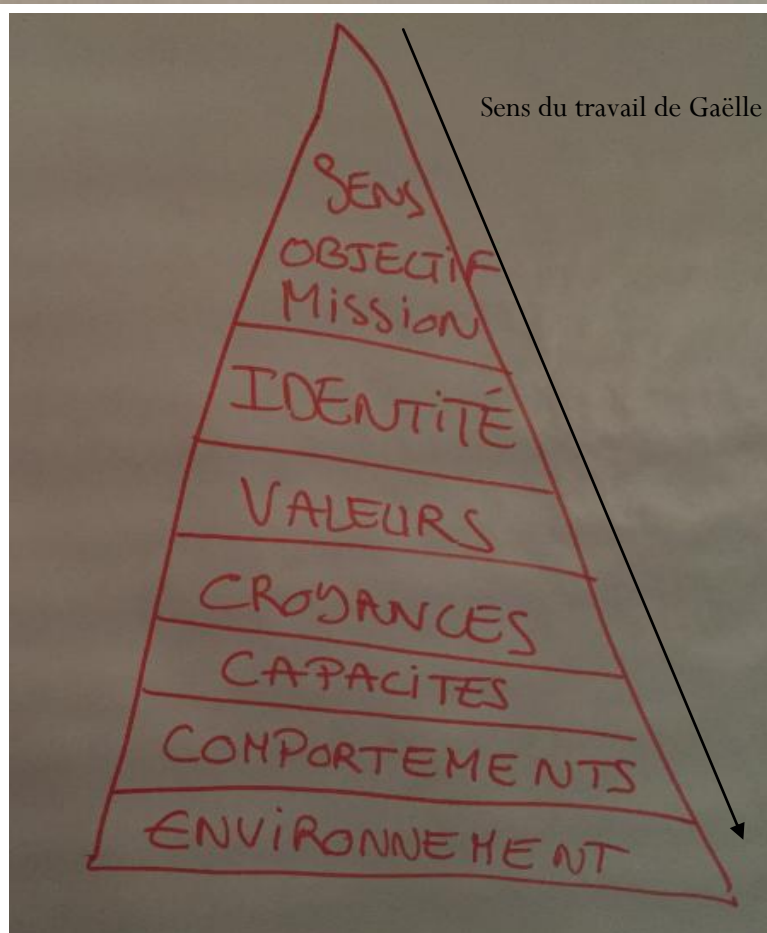
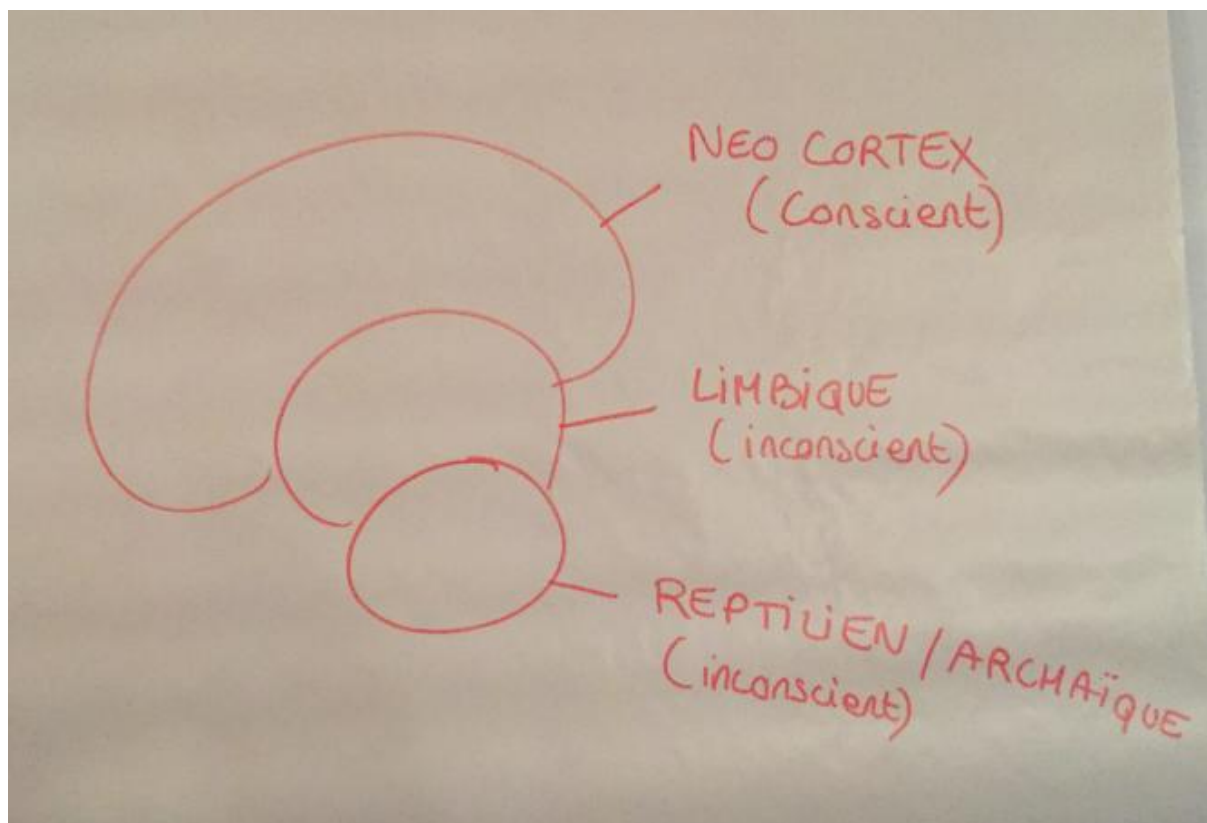
Au-delà des séances je reste éventuellement disponible par téléphone ou par email.

En aucun cas, les séances d'hypnose ne doivent se substituer à une consultation médicale et/ou un traitement médicamenteux

« Le changement se produit au moment où tu désires une chose plus que tu ne la crains ».



Gaëlle nous raconte beaucoup d'anecdotes, La petite fille traumatisé par son professeur et la partie limbique de son cerveau a enregistré ce traumatisme. Le rôle de Gaëlle est de débrancher certaines connexions et de les rebrancher correctement.



Après la conférence, J'ai présenté notre Président National Jean-Benoit TORCHET qui à pris la parole nous a parlé de ses début au sein du Club et nous a parlé de la conférence de Paris le 21-21-23 octobre 2016 pour les 50 ans du Club France et les 60 ans du Club International.

Ensuite nous avons pris le diner au restaurant ou un délicieux repas surprise du chef composé de délicieux poissons nous attendait. Puis nous avons fêtes les Anniversaires de Sylvie Ledentu et de Corinne Renard avec bougies, applaudissements des beaux bouquets de renoncules.

Soirée très intéressante ou chacun va pouvoir prendre la décision de continuer avec Gaëlle son expérience personnelle.

Nous remercions notre ami Nicolas BROUSTE qui est à l'initiative de cette belle conférence.

Nous nous disons à bientôt pour une autre soirée très importante pour notre club, son Intronisation Je vous embrasse toutes et tous et vous remercie à chaque fois pour votre participation.

Gaëlle Serre, Brigitte Schwarz



Dear Ambassador Friends,

Our evening lecture on hypnosis with a charming young woman and very competent Gaëlle SERRES

Through therapeutic hypnosis, we Gaëlle offers individual and tailored to our request.

The different areas of life can be addressed in a relatively short period (up to 10 sessions).

With sweetness and conviction that Gaëlle offers to help us eradicate your brakes and blockages might bring us to develop and live our full potential.

The sessions Gaëlle offers are adapted to all (adults, adolescents and children from 3/4 years).

Gaëlle explains that if we tend toward a certain letting go, we keep still, in hypnotic state, control our movements, thoughts and words, and every moment.

Through hypnosis, we enter the time of the meeting, in a world of symbols and metaphors in which we allow to express our unconscious part.

Thus, Gaëlle undertakes to put at your service my skills and knowledge to enable us wellness and vitality she expect from us involvement, motivation and commitment

After the conference, I presented our National President Jean-Benoît TORCHET who spoke to talked about his start in the club and spoke about the Paris conference on 21-21-23 October 2016 to 50 years Club France and the 60 Club International.

Then we had dinner at the restaurant or a delicious chef's surprise with delicious fish waiting for us, Thank you to the Directrice of the Hôtel Montaigne Sonia Gaulis for the marvelous conference room and the organization of the dinner. Then we have the Birthday celebrations of Sylvie Ledentu and Corinne Renard with candles, applause beautiful bouquets of buttercups.

very interesting evening where everyone will be able to make the decision to continue with Gaëlle personal experience.

We thank our friend Nicolas Brouste which is at the initiative of this great conference. We say goodbye for another very important event for our club, the enthronement of our club at the International.... I kiss all of you and thank you so much because at each time for you are with me for participated.

Translation by Brigitte

